

بناء مقياس المساندة الإجتماعية لناشئي السباحة

أد / عاطف نمر خليفة

م.د / محمد جودة قنديل

م.د / حسن يوسف ابو زيد

الباحث / محمد موسى أحمد عطا الرب

يهدف البحث إلى التعرف على المساندة الإجتماعية لناشئي السباحة ويتحقق ذلك من خلال بناء مقياس المساندة الاجتماعية وذلك للتعرف علي مستوي المساندة الاجتماعية لدي عينة البحث استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لطبيعة عينة البحث ويتحدد مجتمع البحث الحالي من ناشئي السباحة مسافات قصيرة تحت ١٩ سنة والمسجلين بالاتحاد المصري للسباحة لموسم ٢٠١٨م / ٢٠١٩م بمنطقة القاهرة والجيزة وأندية ناصر بالكيت كات - المصري للتجديف - التجديف اليوناني - وادي دجلة - مدينة نصر للطرق والكبارى.

وفي ضوء نتائج البحث توصل الباحث الى أهم الاستخلاصات والتوصيات الآتية :

- أن المساندة الإجتماعية من قبل الاسرة والأصدقاء والمدرّب تعمل على زيادة الثقة بالنفس لناشئي السباحة.
- أن المساندة التي يتلقاها الناشئ من الآخرين تعد عاملاً هاماً فى صحته النفسية.
- الاهتمام بتطبيق مقياس المساندة الإجتماعية ومقياس قلق المنافسة الرياضية المقترح لناشئي السباحة .
- عمل برامج توعية لدى الناشئين حول مفهوم المساندة الإجتماعية وخاصة من الأصدقاء .
- إجراء مزيد من الدراسات العلمية حول موضوع الدراسة الحالية لدى مجتمعات وعينات أخرى , وألعاب أخرى.

الكلمات المتاحية :

المقياس - المساندة الإجتماعية - ناشئي السباحة

Building a measure of social support for junior swimming

Ed / Atef Nimr Khalifa

Dr. / Mohamed Gouda Qandil

Dr. Hassan Youssef Abu Zaid

Researcher / Mohamed Musa Ahmed Atta Al-Rub

The research aims to identify the social support for swimming juniors, and this is achieved by building a social support scale in order to identify the level of social support in the research sample. The researcher used the descriptive approach with its steps and procedures using the survey method, due to its suitability to the nature of the research sample. Under 19 years old and registered with the Egyptian Swimming Federation for the 2018/2019 season in Cairo and Giza and Nasser Clubs in Kit Kat - Egyptian Rowing .- Greek Rowing - Wadi Degla - Nasr City for Roads and Bridges

And the data collection, statistical treatments, and the researcher's findings made it possible to reach the following conclusions and recommendations::

- The social support provided by the family, friends and the coach works to increase the self-confidence of the swimming junior.
- The support that the young person receives from others is an important factor in his mental health.
- Interest in applying the social support scale and the proposed sports competition anxiety scale for swimming juniors.
- Creating awareness programs for young people about the concept of social support, especially from friends.
- Conducting more scientific studies on the subject of the current study in other societies and samples, and other games.

:Available words

Scale – Social Support – Junior Swimming

بناء مقياس المساندة الإجتماعية لناشئي السباحة

أد / عاطف نمر خليفة

م.د / محمد جودة قنديل

م.د / حسن يوسف ابو زيد

الباحث / محمد موسي أحمد عطا الرب

- مقدمة ومشكلة البحث:

يعتبر علم النفس من أهم العلوم التي تؤثر بصورة إيجابية على العملية التدريبية بالنسبة للفرد الرياضي ، فهو أحد العلوم الإنسانية التي تبحث في تكوين النفس البشرية للتعرف على دوافع سلوكه وقدراته لمساعدته على تحديد أسلوب حياته وحل مشكلاته وما يكون وراء هذا السلوك من دوافع واستعدادات حيث إن شخصية الفرد ما هي إلا مجموعة من السمات النفسية التي تميزه عن غيره من الأفراد (٢٦ : ٣) .

ويؤكد كثير من الباحثين على أن المساندة المدركة أو المساندة المقدمة عن طريق العلاقات الاجتماعية وتعلم المهارات الاجتماعية من العوامل المهمة التي تقى الفرد من العديد من الاضطرابات النفسية والتي قد تتمثل في القلق، والاكتئاب، والشعور بالوحدة النفسية، والفرد الذي لديه شعور بالوحدة النفسية مثلاً يفتقر إلى المهارات الاجتماعية ومن ثم يجد صعوبة في مشاركة الآخرين له مما يؤدي إلى شعوره بعدم التقدير الكافي لذاته فيما يعيش من مواقف اجتماعية.

وتعتبر المساندة الاجتماعية من المفاهيم التي اختلف الباحثون في طريقة تناولها تبعاً لتوجهاتهم النظرية، فقد تناول علماء الاجتماع هذا المفهوم في إطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية ، حيث صاغوا مصطلح شبكة العلاقات الاجتماعية Social network ، الذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية Social support ، ويطلق عليه البعض مصطلح الموارد أو الإمكانيات الاجتماعية Social resources ، بينما يحدده البعض على أنه إمدادات اجتماعية Social provisions (4 :3).

ويشير **ليبور (1994)** إلى أن المساندة الاجتماعية هي الإمكانيات الاجتماعية المتاحة للفرد التي يمكن أن يستخدمها في أوقات الضيق والتي تهدف إلى تدعيم صحة ورفاهية متلقي المساندة. (٢٤٧ : ٧)

وأخيراً فمهما كان الإطار النظري الذي ينطلق منه اصطلاح المساندة الاجتماعية فإنه يبدو أن هذا المفهوم يشتمل على مكونين رئيسيين ، أولهما: أن يدرك الفرد أنه يوجد عدد كافي من

الأشخاص في حياته يمكن أن يرجع إليهم عند الحاجة ، وثانيهما : أن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له ، والاعتقاد في كفاية الدعم.(٢٠ : ١)
كما يشير على زكي ، طارق ندا ، ايمان زكي (١٩٩٤) م (إلى أنه اتفق العلماء والأطباء والقادة الرياضيين على أن السباحة هي رياضة الرياضيات ، وترجع هذه المكانة المرموقة للقيم العالية المتعددة بدنياً ونفسياً واجتماعياً على ممارستها ، حيث تعرف رياضة السباحة بأنها إحدى أنواع الرياضيات المائية التي تستخدم الوسط المائي كوسيلة للتحرك خلاله وذلك عن طريق حركات الذراعين والرجلين والجذع بغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان بدنياً ومهارياً وعقلياً واجتماعياً ونفسياً . (1 : 2) .

من خلال عمل الباحث كمدرّب سباحة لاحظ الباحث أن الناشئين تظهر عليهم بعض علامات القلق والتوتر قبل المنافسات التي تؤثر علي مستواهم داخل المنافسات سواء بالإيجاب أو بالسلب فعندما يكون القلق في مستواه الطبيعي تزداد درجة الدافعية لديه لتقديم أفضل مستوياته في تلك المنافسات لكي يحقق الفوز اما اذا كانت درجات القلق ليست في حدودها الطبيعية فيظهر الناشئين بمستوي غير معتاد عن مستواهم المعروف في التدريبات ، كما لاحظ الباحث أيضاً أن المساندة الاجتماعية المتمثلة في الاسرة والأصدقاء والمدرّبين تلعب دوراً هاماً في مستوي الناشئين في تلك المنافسات حيث يزداد مستواهم ودافعتهم لتقديم افضل مستوي وتحقيق الفوز وذلك من خلال مساندهم وتشجيعهم لهم ومن هذا المنطلق يحاول الباحث جاهداً التعرف علي المساندة الاجتماعية لدي ناشئين السباحة من خلال المقياس المعد لذلك.

هدف البحث:

• يهدف البحث إلى التعرف على المساندة الإجتماعية لناشئي السباحة ويتحقق ذلك من خلال بناء مقياس المساندة الاجتماعية وذلك للتعرف علي مستوي المساندة الاجتماعية لدي عينة البحث.

فروض البحث:

- مقياس المساندة الاجتماعية المقترح يقيس ما وضع من أجله ؟

- تعريفات البحث:

- **Social support: المساندة الاجتماعية**

يقصد بها " الدعم الانفعالي والمادى والأدائى الذى يتلقاه الناشئ من قبل الآخرين المحيطين به - الأسرة ، الأصدقاء،المدرّب ، زملاء الفريق - ومدى قدرة الناشئ على تقبل وإدراك هذا الدعم "

وتحدد إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس المساندة الاجتماعية المستخدم في الدراسة الحالية.

الدراسات السابقة:

١- دراسة مريم عبد القادر أبو القاسم (٢٠١٧) م (٥) (وكان عنوانها " المساندة الإجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة" ، ومن اهم اهدافها الكشف عن العلاقة بين المساندة الإجتماعية والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة ، التعرف على العلاقة بين تقدير الذات و التحصيل الدراسي والمستوى الإجتماعي والثقافي للأسرة لدى طلاب الجامعة ، الكشف عن الفروق في المساندة الإجتماعية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة ، الكشف عن الفروق في تقدير الذات بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وبلغ عدد افراد العينة (٧٠) طالباً وطالبة، وقد تم اختيارها من طلاب وطالبات السنة الثالثة في كلية الآداب والعلوم ب وكانت اهم النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المساندة الإجتماعية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة ، وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المساندة الاجتماعية والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة ، وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المساندة الإجتماعية و المستوى الإجتماعي الثقافي للأسرة لدى طلاب الجامعة ، وجود علاقة موجبة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي والمستوى الإجتماعي الثقافي للأسرة ، لا توجد فروق بين طلاب وطالبات الجامعة في المساندة الاجتماعية ، لا توجد فروق بين طلاب وطالبات الجامعة في تقدير الذات.

٢- دراسة هبه محمد سعد طه (٢٠١٩) م (٦) (وكان عنوانها " المساندة الاجتماعية وعلاقتها برتب الهوية لدى عينة من المراهقين المكفوفين :دراسة سيكومترية -كلىنيكية" ، ومن اهم اهدافها التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية ورتب الهوية لدى المراهقين المكفوفين، والكشف عن الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس المساندة الاجتماعية وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وبلغ عدد افراد العينة (٥٠) طلبة وطالبات المرحلة الإعدادية والمرحلة الثانوية الطلاب المكفوفين بالمرحلة الاعدادية و الثانوية بمدرسة النور للمكفوفين بسوهاج منهم (٣٠) ذكور و (٢٠) إناث وكانت اهم النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات المساندة الاجتماعية ودرجات رتب الهوية لدى المراهقين المكفوفين ، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس المساندة الاجتماعية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المراهقين الأقل إدراكا للمساندة

الاجتماعية وأقرانهم الأكثر إدراكا للمساندة الاجتماعية في رتب الهوية لصالح الأكثر إدراكا للمساندة الاجتماعية.

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لطبيعة عينة البحث.

مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي من ناشئي السباحة مسافات قصيرة تحت ١٩ سنة والمسجلين بالاتحاد المصري للسباحة لموسم ٢٠١٨م / ٢٠١٩م بمنطقة القاهرة والجيزة وأندية ناصر بالكيت كات - المصري للتجديف - التجديف اليوناني - وادي دجلة - مدينة نصر للطرق والكباري.

عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقوامها (١٥٠) ناشئ، تم إجراء الدراسة الأساسية علي عينة قوامها (١٢٠) ناشئ، كما تم إجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها (٣٠) ناشئ، من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية.

جدول (١)

توصيف عينة البحث

الموسم	م	العدد	العينة الأساسية	العينة الاستطلاعية
٢٠١٨م /	1	ناصر بالكيت كات	24	6
٢٠١٩م	2	المصري للتجديف	22	5
	3	التجديف اليوناني	20	7
	4	وادي دجلة	28	6
	5	مدينة نصر للطرق والكباري	26	6
المجموع الكلي للعينة			120	30

أسباب اختيار العينة :

راعي الباحث في اختيار العينة ما يلي :

- أن تكون ممثلة لمجتمع البحث من ناشئي السباحة.
- أن تكون العينة ممثلة لجميع ناشئي السباحة.

أدوات جمع البيانات:

استخدم الباحث في جمع البيانات:-

- مقياس المساندة الاجتماعية لناشئي السباحة" اعداد الباحث"

خطوات بناء مقياس المساندة الاجتماعية لناشئي السباحة" اعداد الباحث:"

- مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة المرتبطة بالمساندة الاجتماعية ومراجعة قوائم ومقاييس المساندة الاجتماعية.

- تم تحديد المحاور المقترحة لمقياس المساندة الاجتماعية من خلال المسح المرجعي ، وقد بلغ عددها ثلاثة محاور وهي:-

المساندة المقدمة من الأسرة:

هو مدي الدعم والسند العاطفي الذي يتلقاه الناشئ من قبل اسرته والتي تساعده علي التفاعل الايجابي مع متطلبات البيئة التي تحيط به.

المساندة المقدمة من الأصدقاء:

هو مدي الدعم والسند العاطفي الذي يتلقاه الناشئ من قبل زملائه والتي تساعده علي التفاعل الايجابي مع متطلبات البيئة التي تحيط به.

المساندة المقدمة من المدرب:

هو مدي الدعم الذي يتلقاه الناشئ من قبل مدربه والذي يساعده علي الارتقاء بمستوي أداءه سواء كان في التدريبات أو المنافسات.

تحديد المفهوم النظري الإجرائي لمحاور المقياس المقترحة:

قام الباحث بوضع تعريفات إجرائية للمحاور المقترحة لمقياس المساندة الاجتماعية، تمهيدا لعرضها على السادة الخبراء والذين بلغ عددهم (١٠) من الأساتذة المتخصصين في علم النفس ، القياس والتقويم .مرفق(١)

عرض المحاور المقترحة على السادة الخبراء :

قام الباحث بإعداد استمارة استطلاع رأى تضم ثلاثة محاور ومفهومهم الإجرائي وذلك لعرضها على الخبراء .مرفق(٢)

جدول (٢)

رأى السادة الخبراء فى مدى مناسبة المحاور المقترحة لمقياس
المساندة الاجتماعية لناشئي السباحة

ن(١٠) =

م	المحاور	التكرار	النسبة المئوية للموافق
1	المساندة المقدمة من الاسرة	9	90%
2	المساندة المقدمة من الأصدقاء	9	90%
3	المساندة المقدمة من المدرب	10	100%

يتضح من جدول (٢) أن نسبة موافقة الخبراء على محاور مقياس المساندة الاجتماعية (٩٠%) ،
(١٠٠% للمحاور وقد ارتضى الباحث بجميع المحاور .

اقترح عبارات لكل محور من محاور المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل
محور:

قام الباحث بصياغة عبارات المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور، وقد
استعان الباحث ببعض مقاييس المساندة الاجتماعية للبحوث السابقة حيث تم الحصول على
بعض العبارات منها وتم تعديل صياغتها بما يتناسب مع ناشئي السباحة، وتم إعداد المقياس فى
ضوء الخطوات السابقة، حيث تم إعداد وصياغة العبارات تحت كل محور كلاً حسب طبيعته،
وتكونت الصورة الأولية للمقياس من (٣٠) عبارة .مرفق(٣)

وقد راعى الباحث فى صياغة العبارات ما يلى:

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.
- ألا توحى العبارة بنوع الاستجابة.
- أن تكون العبارة تؤيد موضوع المساندة الاجتماعية .
- ألا تشتمل العبارة على أكثر من معنى.

عرض العبارات الخاصة لكل محور على السادة الخبراء للتحقق من الصدق المنطقي لملائمة
العبارات المقترحة لكل محور:

قام الباحث بعرض المقياس فى صورته الأولية على نفس عينة الخبراء التي سبق ذكرها، وذلك
بهدف التعرف على:

- مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة.

- مدى مناسبة العبارات بكل محور " انتماء العبارة للمحور".
 - حذف أو تعديل أو إضافة عبارات أخرى.
- إعداد شروط وتعليمات تطبيق المقياس، وتحديد فئات الاستجابة على العبارات، ثم توزيع العبارات عشوائياً داخل المقياس، مع استبعاد العناوين الدالة على المحاور:
- قام الباحث بوضع المقياس في صورته النهائية والتي تكونت من (٣٠) عبارة حيث قام الباحث باستبعاد العناوين الدالة على المحاور .مرفق(٤)
- حساب المعاملات العلمية للمقياس وهي:
- صدق المقياس:
- صدق المحكمين:

جدول(٣)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الاول
المساندة المقدمة من الاسرة

ن = ١٠

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
1	أفراد أسرتي يناصروني	9	90%
2	المحيطون بي يحترموني	10	100%
3	اشعر بالثقة والأمان مع أفراد أسرتي	8	80%
4	تساعدني أسرتي في الاتفاق على احتياجاتي	9	90%
5	تساعدني اسرتي فى كيفية اكتشاف قدراتي	10	100%
6	تساعدني اسرتي فى كيفية حل ومواجهة مشكلاتي	8	80%
7	أجد العون من افراد اسرتي قبل المسابقات	7	70%
8	أشعر بقلّة الاهتمام من افراد اسرتي	10	100%
9	اسرتي تساعدني على حل المشكلات التي تواجهني داخل النادي	10	100%
10	أحظى باهتمام ورعاية والديّ عندما امرض	10	100%

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الاول) المساندة المقدمة من الاسرة (قد تراوحت بين ٧٠%) ، (١٠٠% وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% ، ليكون المحور من ١٠ عبارات .

جدول (٤)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الثانى
المساندة المقدمة من الأصدقاء

ن = ١٠

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
1	يقدم لى أصدقائى العون فى تعلم وتطوير أدائى	7	70%
2	يحافظ أصدقائى على مشكلاتى الخاصة	10	100%
3	يخبرنى أصدقائى برأيهم فى مستوى أدائى	8	80%
4	يهتم أصدقائى بسعادتى	10	100%
5	يتالم أصدقائى عند عجزهم عن مساعدتى	9	90%
6	يشاركنى أصدقائى أفراحى	10	100%
7	أنا راض عن ما اتلقاه من اهتمام	8	80%
8	أشعر أن أصدقائى يقدرونى	7	70%
9	المساعدة المعنوية التى أتلقاها من أصدقائى كافية	10	100%
10	تعاملات أصدقائى معى تجعلنى أشعر بأهميتى	10	100%

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الثانى) المساندة المقدمة من الأصدقاء (قد تراوحت بين ٧٠%) ، (١٠٠% وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% ، ليكون المحور من ١٠ عبارات .

جدول (٥)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الثالث المساندة المقدمة من المدرب
ن = ١٠

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
1	عندما اكون فى محنة اطلب المساعدة من مدربي	10	100%
2	رأى مدربي فى أدائى يشعرنى بالثقة	10	100%
3	يمدنى مدربي بالمعلومات الدقيقة عن رياضة السباحة	10	100%
4	يساعدنى مدربي على تحقيق أهدافى	9	90%
5	يخبرنى مدربي رأيه بصراحة فى أدائى	10	100%
6	يشجعنى مدربي على إظهار مواهبى وقدراتى	8	80%
7	يشاركنى مدربي أفراحى عند الفوز فى المنافسات	10	100%
8	يشعرنى مدربي بالامن والاستقرار النفسى	10	100%
9	يوجهنى مدربي لانجاز الاعمال المفيدة	8	80%
10	أشعر أننى محط ثقة مدربي	9	90%

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الثالث (المساندة المقدمة من المدرب (قد تراوحت بين ٨٠%) ، (١٠٠% وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% ، ليكون المحور من ١٠ عبارات.

صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحث بتطبيق الاستبيان على عينة قوامها (٣٠) ناشئ من افراد من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الاساسية لها نفس مواصفات ثم قام الباحث بحساب معاملات الارتباط لبيرسون بين:-

- كل عبارة من عبارات الاستبيان ودرجة المحور التى تنتمى اليه.
- الابعاد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٦)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الثانى والدرجة الكلية لمحور
المساندة المقدمة من الاسرة

ن = ٣٠ =

م	العبرة	معامل الارتباط
1	أفراد أسرتي يناصروني	0.846*
2	المحيطون بي يحترموني	0.763*
3	اشعر بالثقة والأمان مع أفراد أسرتي	0.720*
4	تساعدني أسرتي في الاتفاق على احتياجاتي	0.807*
5	تساعدني اسرتي فى كيفية اكتشاف قدراتي	0.680*
6	تساعدني اسرتي فى كيفية حل ومواجهة مشكلاتي	0.716*
7	أجد العون من افراد اسرتي قبل المسابقات	0.677*
8	أشعر بقله الاهتمام من افراد اسرتي	0.851*
9	اسرتي تساعدني على حل المشكلات التي تواجهني داخل النادي	0.693*
10	أحظى باهتمام ورعاية والديّ عندما امرض	0.735*

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٣٦١ = ٠,٠٥

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الاول) المساندة المقدمة من الاسرة (والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الاول المساندة المقدمة من الاسرة.

جدول (٧)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الثانى والدرجة الكلية للمحور
المساندة المقدمة من الأصدقاء

ن = ٣٠ =

م	العبرة	معامل الارتباط
1	يقدم لى أصدقائى العون فى تعلم وتطوير أدائى	0.849*
2	يحافظ أصدقائى على مشكلاتى الخاصة	0.802*
3	يخبرنى أصدقائى برأيهم فى مستوى أدائى	0.478*
4	يهتم أصدقائى بسعادتى	0.782*
5	يتالم أصدقائى عند عجزهم عن مساعدتى	0.608*
6	يشاركنى أصدقائى أفراحى	0.714*
7	أنا راض عن ما اتلقاه من اهتمام	0.648*
8	أشعر أن أصدقائى يقدرونى	0.663*
9	المساعدة المعنوية التى أتلقاها من أصدقائى كافية	0.788*
10	تعاملات أصدقائى معى تجعلنى أشعر بأهميتى	0.589*

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٣٦١ = ٠,٠٥

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الثانى (المساندة المقدمة من الأصدقاء) والمحور الثانى تنتمى إليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الثانى المساندة المقدمة من الأصدقاء .

جدول (٨)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الثالث والدرجة الكلية لمحور
المساندة المقدمة من المدرب

ن = ٣٠ =

م	العِبارة	معامل الارتباط
1	عندما اكون فى محنة اطلب المساعدة من مدربي	0.744*
2	رأى مدربي فى أدائي يشعرني بالثقة	0.710*
3	يمدني مدربي بالمعلومات الدقيقة عن رياضة السباحة	0.682*
4	يساعدني مدربي على تحقيق أهدافي	0.718*
5	يخبرني مدربي رأيه بصراحة فى أدائي	0.787*
6	يشجعني مدربي على إظهار مواهبي وقدراتي	0.794*

تابع جدول (٨)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الثالث والدرجة الكلية لمحور
المساندة المقدمة من المدرب

ن = ٣٠ =

م	العِبارة	معامل الارتباط
7	يشاركني مدربي أفراحي عند الفوز فى المنافسات	0.781*
8	يشعرني مدربي بالامن والاستقرار النفسى	0.589*
9	يوجهني مدربي لانجاز الاعمال المفيدة	0.801*
10	أشعر أنني محط ثقة مدربي	0.749*

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٣٦١ = ٠,٠٥

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الثالث) المساندة المقدمة من المدرب (والمحور التي تنتمي اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الثالث المساندة المقدمة من المدرب.

جدول (٩)

معامل الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس

ن = ٣٠ =

الارتباط	المحاور	م
0.815*	المساندة المقدمة من الاسرة	1
0.768*	المساندة المقدمة من الأصدقاء	2
0.819*	المساندة المقدمة من المدرب	3

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية $0,05 = 0,361$

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للمقياس ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لمحاور المقياس.

وبعد إستكمال الخطوات السابقة صمم المقياس على غرار طريقة رنسيس ليكرت **RensisLikert** فوضعت العبارات التي يشتمل عليها المقياس بطريقة عشوائية كما سبق الإشارة ، وأمام كل عبارة ميزان تقدير ثلاثي (نعم - إلى حد ما - لا) وأعطيت هذه الاستجابات في تقدير الدرجات الأوزان التالية (١,٢,٣) في حالة العبارات الايجابية ، و (٣,٢,١) في حالة العبارات السالبة ، وقد فضل الباحث هذا الميزان التقديرى حتى يعطى مجالاً لتحديد الإتجاه بدرجة أكبر من الدقة ، وبذلك تراوحت الدرجة الكلية للمقياس ما بين درجة كحد أقصى ، كحد أدنى ، وجدول (١٠) يوضح الحد الأدنى والأقصى للدرجة فى المحاور الفرعية والدرجة الكلية للمقياس

جدول (١٠)

الحد الأقصى والحد الأدنى لدرجة كل محور فى الصورة النهائية للمقياس

المحاور	عدد العبارات	الحد الأقصى للدرجة	الحد الأدنى للدرجة
المساندة المقدمة من الاسرة	10	30	10
المساندة المقدمة من الأصدقاء	10	30	10
المساندة المقدمة من المدرب	10	30	10
المجموع	٣٠ عبارة	٩٠ درجة	٣٠ درجة

يتبين من جدول (١٠) الحد الأقصى والحد الأدنى لدرجة كل بعد في الصورة النهائية لمقياس المساندة الاجتماعية لناشئي السباحة، أن الدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٩٠) درجة كحد أقصى ، (٣٠) درجة كحد أدنى.

ثبات المقياس:

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة التقنين (العينة الاستطلاعية) (وقوامها (٣٠) من ناشئي السباحة من خارج عينة البحث الأساسية ، وتم حساب معامل الفاكرونباخ بطريقة التجزئة لحساب الثبات:-

جدول (١١)

معامل الفاكرونباخ لمحاور المقياس

ن = ٣٠

م	المحاور	معامل الفاكرونباخ
1	المساندة المقدمة من الاسرة	0.877*
2	المساندة المقدمة من الأصدقاء	0.841*
3	المساندة المقدمة من المدرب	0.775*

يوضح الجدول السابق أن معامل الفاكرونباخ قد تراوح ما بين (٠,٧٧٥) ، (٠,٨٧٧) وهي معاملات دال احصائياً مما يؤكد على ثبات محاور المقياس.

جدول (١٢)

قيم الفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس

البيان	القيمة
معامل الارتباط بين الجزئين	0.749*
معامل جتمان	0.705*
معامل الفا للجزء الاول	0.861*
معامل الفا للجزء الثاني	0.858*

معامل الارتباط بين الجزئين (٠,٧٤٩) ومعامل الفا للجزئين الأول (٠,٨٦١) ومعامل الفا للجزء الثاني (٠,٨٥٨) وهي قيم مرضية لقبول ثبات المقياس.
الدراسة الاستطلاعية:



قام الباحث بتطبيق الدراسة الاستطلاعية الأولى من خلال الفترة ٢٠١٨/١٢/٢٣ م (الي الفترة ٢٠١٩/١/٩م) على عينة عشوائية من ناشئي السباحة وقوامها (٣٠) ناشئ من خارج عينة البحث الأساسية بهدف:-

- التأكد من وضوح وفهم العينة لعبارات المقياس.
 - توضيح طريقة الإجابة على عبارات المقياس.
- الدراسة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق الدراسة الأساسية بعد حساب المعاملات العلمية لمقياسين البحث من خلال الفترة ٢٠١٩/١/١٤ م (الي الفترة ٢٠١٩/٣/٢٨ م) على عينة اساسية وقوامها (١٢٠) من ناشئي السباحة.

أسلوب المعالجة الإحصائية للبيانات :

تم تحليل البيانات المستخلصة من هذا البحث وفقاً للأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
- معامل الارتباط.
- النسبة المئوية.
- الأهمية النسبية .
- الوزن النسبي
- كا^٢

عرض وتفسير ومناقشة النتائج:

عرض النتائج:

عرض النتائج الخاصة بالتساؤل الأول:

ينص هذا التساؤل علي ينص هذا التساؤل على) ما مستوى المساندة الإجتماعية لدى ناشئي السباحة؟(؟)

وللإجابة على هذا التساؤل تم حساب الأهمية النسبية والوزن التقديري لدرجة عينة البحث على عبارات استبيان) المساندة الاجتماعية (ورصدت نتائج ذلك فى الجدول التالية) :

جدول (١٣)

الاهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لاجابات عينة البحث
على المحور الاول المساندة المقدمة من الاسرة

ن = ١٢٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديرى	كا
		ك	%	ك	%	ك	%			
1	أفراد أسرتي يناصروني	94	78.3 3	1 3	10.8 3	1 3	10.8 3	89.17	321	109.3 5
2	المحيطون بي يحترموني	89	74.1 7	1 5	12.5 0	1 6	13.3 3	86.94	313	90.05
3	اشعر بالثقة والأمان مع أفراد أسرتي	94	78.3 3	1 4	11.6 7	1 2	10.0 0	89.44	322	109.4 0
4	تساعدني أسرتي في الاتفاق على احتياجاتي	96	80.0 0	1 3	10.8 3	1 1	9.17	90.28	325	117.6 5
5	تساعدني اسرتي في كيفية اكتشاف قدراتي	10 0	83.3 3	9	7.50	1 1	9.17	91.39	329	135.0 5
6	تساعدني اسرتي في كيفية حل ومواجهة مشكلاتي	96	80.0 0	6	5.00	1 8	15.0 0	88.33	318	119.4 0
7	أجد العون من افراد اسرتي قبل المسابقات	85	70.8 3	2 1	17.5 0	1 4	11.6 7	86.39	311	76.55
8	أشعر بقلّة الاهتمام من افراد اسرتي	93	77.5 0	1 5	12.5 0	1 2	10.0 0	89.17	321	105.4 5
9	اسرتي تساعدني على حل	89	74.1 7	1 7	14.1 7	1 4	11.6 7	87.50	315	90.15



									المشكلات التي تواجهني داخل النادي	
109.5 5	88.61	319	12.5 0	1 5	9.17	1 1	78.3 3	94	أعطى باهتمام ورعاية والديّ عندما امرض	1 0

كا^٢ عند مستوى معنوية ٠,٩٩١ = ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور) المساندة المقدمة من الاسرة (لاستبيان) المساندة الاجتماعية (في جميع العبارات حيث كانت قيمة كا^٢ المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ، كما اتضح أن الاهمية النسبية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين ٨٦,٣٩% ، (٩١,٣٩%)

جدول (١٤)

الاهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لاجابات عينة البحث
على المحور الثانى المساندة المقدمة من الأصدقاء

ن = ١٢٠ =

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديرى	كا
		%	ك	%	ك	%	ك			
1	يقدم لى أصدقائى العون فى تعلم وتطوير أدائى	81.6	98	8.3	10	10.0	326	90.56	126.20	
2	يحافظ أصدقائى على مشكلاتى الخاصة	85.0	102	9.1	7	5.83	335	93.06	144.35	
3	يخبرنى أصدقائى برأيهم فى مستوى أدائى	87.5	105	8.3	5	4.17	340	94.44	158.75	
4	يهتم أصدقائى بسعادتى	90.0	108	1.6	10	8.33	338	93.89	174.20	
5	يتالم أصدقائى عند عجزهم عن مساعدتى	93.3	112	3.3	4	3.33	348	96.67	194.40	
6	يشاركنى أصدقائى أفرأحى	86.6	104	7.5	7	5.83	337	93.61	153.65	
7	أنا راض عن ما أتلقاها من اهتمام	86.6	104	5.0	10	8.33	334	92.78	153.80	
8	أشعر أن أصدقائى يقدرونى	89.1	107	5.0	7	5.83	340	94.44	168.35	
9	المساعدة المعنوية التى أتلقاها من أصدقائى كافية	85.0	102	4.1	5	10.8	329	91.39	144.95	
10	تعاملات أصدقائى معى تجعلنى أشعر بأهميتى	90.0	108	5.8	5	4.17	343	95.28	173.45	

كا^٢ عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩١

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور) المساندة المقدمة من الأصدقاء (لاستبيان) المساندة الاجتماعية (فى جميع العبارات حيث كانت قيمة كا^٢ المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ، كما اتضح

أن الأهمية النسبية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين (٩٠,٥٦) %، (٩٦,٦٧) %

جدول (١٥)

الأهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لإجابات عينة البحث
على المحور الثالث المساندة المقدمة من المدرب

ن = ١٢٠ =

م	العبرة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديرى	كا
		%	ك	%	ك	%	ك			
1	عندما اكون فى محنة اطلب المساعدة من مدبرى	86.70	104	8.30	10	5.00	6	93.89	338	153.80
2	رأى مدبرى فى أدائى يشعرنى بالثقة	84.20	101	8.30	10	7.50	9	92.22	332	139.55
3	يمدنى مدبرى بالمعلومات الدقيقة عن رياضة السباحة	85.00	102	7.50	9	7.50	9	92.50	333	144.15
4	يساعدنى مدبرى على تحقيق أهدافى	90.00	108	4.20	5	5.80	7	94.72	341	173.45
5	يخبرنى مدبرى رأيه بصراحة فى أدائى	82.50	99	11.70	14	5.80	7	92.22	332	131.15
6	يشجعنى مدبرى على إظهار مواهبى وقدراتى	85.80	103	3.30	4	10.80	13	91.67	330	149.85
7	يشاركنى مدبرى أفرأحى عند الفوز فى المنافسات	84.20	101	5.80	7	10.00	12	91.39	329	139.85
8	يشعرنى مدبرى بالأمن والاستقرار النفسى	88.30	106	6.70	8	5.00	6	94.44	340	163.40
9	يوجهنى مدبرى لإنجاز الأعمال المفيدة	73.30	88	13.30	16	13.30	16	86.67	312	86.40
10	أشعر أننى محط ثقة مدبرى	85.80	103	6.70	8	7.50	9	92.78	334	148.85

كا^٢ عند مستوى معنوية ٥,٩٩١ = ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات (المحور) المساندة المقدمة من المدرب (لاستبيان) المساندة الاجتماعية (في جميع العبارات حيث كانت قيمة كا ٢ المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ، كما اتضح أن الأهمية النسبية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين % (٨٦,٦٧) ، (% ٩٤,٧٢) .

مناقشة نتائج البحث:

مناقشة التساؤل الأول:

يتضح من جدول رقم (١٣) ، ١٤ ، (١٥) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات مقياس) المساندة الاجتماعية (في جميع العبارات حيث كانت قيمة كا ٢ المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية. ٠,٠٥ .

وتعتبر المساندة الاجتماعية من المفاهيم التي اختلف الباحثون في طريقة تناولها تبعاً لتوجهاتهم النظرية ، فقد تناول علماء الاجتماع هذا المفهوم في إطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية ، حيث صاغوا مصطلح شبكة العلاقات الاجتماعية Social network ، الذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية Social support ، ويطلق عليه البعض مصطلح الموارد أو الإمكانيات الاجتماعية Social resources ، بينما يحدده البعض على أنه إمدادات اجتماعية Social provisions (4 :3).

أما كارولين وايت وآخرون (White, C., et al. (1998) فقد أوضحت أن أنماط المساندة الاجتماعية تتمثل في: المساندة الانفعالية Emotional support ؛ ومساندة شبكة العلاقات الاجتماعية Social network support ؛ ومساندة التقدير Esteem support ؛ والمساندة الواضحة أو المحسوسة Tangible support ؛ والمساندة المعلوماتية Informational support ، وهذه الأنماط تختلف في درجة الأهمية بالنسبة للفرد حسب نموذج الحياة التي يحيها والمستوى المدرك من الضغوط (١٠٠ : ٨) .

ويرى الباحث أن المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء والمدرّب تعمل على زيادة الثقة بالنفس للناشئ السباحة حيث أنها من أهم السمات النفسية التي تؤثر على أداء الرياضيين بصورة إيجابية تدفعهم إلى بذل المزيد من الجهد لمواجهة المواقف التنافسية.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج كل من مريم عبد القادر أبو القاسم (٢٠١٧) م ، (٥) هبه محمد سعد طه (٢٠١٩) م ، (٦) (إلي أن توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات المساندة الاجتماعية.

وبهذا يتحقق التساؤل الأول والذي ينص على:-

ما مستوى المساندة الإجتماعية لدى ناشئ السباحة ؟

- الإستخلاصات والتوصيات

الإستخلاصات:

من خلال ما تحقق من فروض البحث ووفقا لما توصلت اليه نتائج التحليل الاحصائي وفي ضوء عرض ومناقشة النتائج وفي حدود عينه البحث والادوات المستخدمة امكن الباحث التوصل إلى أن:

- توصل الباحث لمقياس المساندة الإجتماعية لناشئ السباحة ومحاورة) المساندة من الاسرة - المساندة من الأصدقاء - المساندة من المدرب (واشتمل المقياس على (٣٠) عبارة.
- أن المساندة الإجتماعية من قبل الاسرة والأصدقاء والمدرب تعمل على زيادة الثقة بالنفس للناشئ السباحة.
- أن المساندة التي يتلقاها الناشئ من الآخرين تعد عاملا هاما في صحة النفسية.

التوصيات:

إستنادا إلى النتائج الذي توصل إليها الباحث من خلال إجراء هذا البحث يوصى الباحث بالآتي:

- الاهتمام بتطبيق مقياس المساندة الإجتماعية ومقياس قلق المنافسة الرياضية المقترح لناشئ السباحة .

- عمل برامج توعية لدى الناشئين حول مفهوم المساندة الإجتماعية وخاصة من الأصدقاء .
- إجراء مزيد من الدراسات العلمية حول موضوع الدراسة الحالية لدى مجتمعات وعينات أخرى , وألعاب أخرى.

- توعية المدربين بالعمل على مساندة الناشئين وإعطائهم الثقة بالنفس.
- توفير البيئة المناسبة لهم من خلال العمل على تطوير برامج تسهم في تعليمهم حل المشكلات التي تواجههم يوميا والمتعلقة بالنواحي الصحية والاجتماعية والنفسية.
- التخطيط لبرامج ارشادية من قبل المهتمين في مجال علم النفس بهدف تقديم العون للأفراد الذين يعانون من اضطرابات نفسية لفقدانهم المساندة سواء من قبل المدرب أو الأصدقاء .
- تنمية روح التعاون بين الناشئين منذ الصغر بدلا من تنمية روح التنافس والصراع.

المراجع

أولاً : المراجع العربية:-



١. أمينة محمد مختار:(١٩٩٤) العلاقة بين المساندة الاجتماعية والعصابية لدى المراهقين ، عدد ١، السنة العاشرة.مجلة البحوث النفسية والتربوية. جامعة المنوفية.
 ٢. على زكى وطارق ندا وايمان زكي(١٩٩٤)م : (السباحة تعليم، تدريب، تكنيك، إنقاذ، دار الفكر العربى، القاهرة .
 ٣. محمد حسن علاوى(١٩٩٨) م : (مدخل فى علم النفس الرياضى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ،
 ٤. محمد محروس الشناوى ومحمد السيد عبد الرحمن:(١٩٩٤)المساندة الاجتماعية والصحة النفسية: مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية. القاهرة : الأنجلو المصرية.
 ٥. مريم عبد القادر أبو القاسم(٢٠١٧) م:(المساندة الإجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات والتحصيل الدراسى لدى طلاب الجامعة ، رسالة ماجستير ، كلية الاداب والعلوم للبنات ، جامعة عين شمس.
 ٦. هبه محمد سعد طه(٢٠١٩)م:(المساندة الاجتماعية وعلاقتها برتب الهوية لدى عينة من المراهقين المكفوفين :دراسة سيكومترية -كلينيكية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة سوهاج.
- ثانياً : المراجع الأجنبية:-
- 7- **Lepore,S.J.(1994):**Social support. Encyclopedia of Human Behavior, vol.4,
 - 8- **White,Carolyn,etal.(1998):**Support for new mothers: How you can build you own social support network(on-line).Available [http://ericir.syr.edu/projects/campus computing/1998/index.html](http://ericir.syr.edu/projects/campus%20computing/1998/index.html).